

**МЕНЮ**

20.01.2022

МЕНЮ РАЦИОНОВ ПИТАНИЯ ЗА СЧЕТ СРЕДСТВ РОДИТЕЛЕЙ

Директор школы



ПТВЕРЖДАЮ:

Номер рецептуры	Наименование	Вес блюда (гр)	Энергетическая ценность, ККал	Белки	Жиры	Углеводы
<b>ЗАВТРАК - 65</b>						
3/2008	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	15/5/20	166	8,18	9,20	9,60
190/2008	КАША "ДРУЖБА" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	175	235	6,96	7,60	39,90
433/2008	КАКАО С МОЛОКОМ	200	134	2,90	2,50	24,80
338/2011	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	52	0,44	0,44	10,78
<b>Итого за ЗАВТРАК - 65 руб.</b>			<b>587</b>	<b>18,48</b>	<b>19,74</b>	<b>85,08</b>
<b>ОБЕД - 114</b>						
357/2008	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ С ГАРНИРОМ/ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ,МОРКОВЬ,КАРТОФЕЛЬ/С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	10/70	63	4,00	2,00	6,36
91/2008	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	200/5	102	2,33	4,15	13,62
282/2010	ШНИЦЕЛЬ РУБЛЕННЫЙ ИЗ ГОВЯДИНЫ	90	275	12,00	12,10	24,13
350/2008	РАГУ ОВОЩНОЕ	150	119	3,50	6,70	11,50
411/2008	КИСЕЛЬ ФЛОВОДО-ЯГОДНЫЙ	200	113	0,10	0,10	34,10
к/к/	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	36	1,60	0,85	6,70
к/к/	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	115	3,20	1,85	20,78
<b>Итого за ОБЕД - 114 руб.</b>			<b>823</b>	<b>26,73</b>	<b>27,75</b>	<b>117,19</b>
<b>ОБЕД - 179</b>						
20/209/2011	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ,ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	100/20	112	4,80	5,18	10,05
91/2008	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРОЙ (ФИЛЕ)И СМЕТАНОЙ	250/10/5	165	5,68	5,90	17,10
269/2010	КОТЛЕТА ОСОБАЯ	100	273	12,50	10,20	32,60
321/2011	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	176	7,70	13,50	10,10
406/2008	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	200	151	0,70	0,10	37,00
к/к/	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	60	108	4,80	2,55	20,10
к/к/	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	144	4,00	2,33	25,99
к/к/	БАНАН СВЕЖИЙ	200	105	3,00	1,00	42,00
695/1996	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	75	263	6,20	10,05	20,05
<b>Итого за ОБЕД - 179 руб.</b>			<b>1 497</b>	<b>49,38</b>	<b>50,81</b>	<b>214,99</b>

Зам. директора

Зав.производством

Калькулятор